

SECONDI PIATTI

Parmigiana di melanzane semplice

LUOGO: [Europa](#) / [Italia](#) / [Campania](#)

DOSI PER: [6 persone](#) DIFFICOLTÀ: [bassa](#) PREPARAZIONE: [25 min](#) COTTURA: [45 min](#) COSTO:

[molto basso](#) REPERIBILITÀ ALIMENTI: [molto facile](#)



La **parmigiana di melanzane** è un **piatto tipico** della **cucina italiana**, in particolare la ricetta è molto **apprezzata e rinomata** nelle regioni del sud come la **Sicilia** e la **Campania**, in cui la [versione napoletana](#) delle **melanzane alla parmigiana** prevede di impanare le [melanzane](#) prima di friggerle.

La **parmigiana di melanzane** è un **piatto saporito e sostanzioso**, che può essere servito sia **caldo che freddo**. Per prepararlo ci vogliono **pochi ingredienti** e un po' di **tempo e pazienza**. La **nostra ricetta con video e passo passo fotografico** ti faciliterà di molto l'esecuzione di questo **sfizioso piatto** che puoi decidere di cucinare anche con le [melanzane non fritte](#)

.Dai iniziamo a cucinare!

INGREDIENTI PER FARE LA PARMIGIANA DI MELANZANE

MELANZANE 1 kg

MOZZARELLA 200 gr

PARMIGIANO GRATTUGIATO 100 gr

PASSATA DI POMODORO 700 gr

BASILICO 1 ciuffo

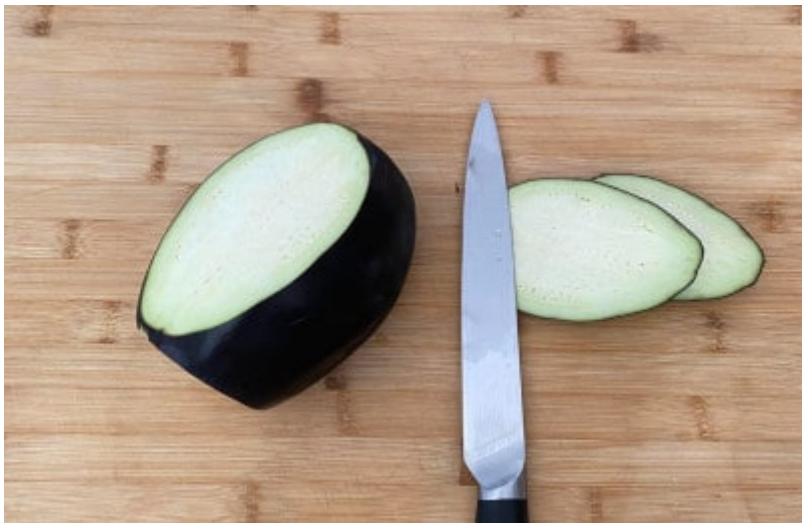
SALE

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO)

OLIO DI SEMI PER FRITTURA

COME SI FA LA PARMIGIANA DI MELANZANE

- 1 Per prima cosa lava e affetta le melanzane poi mettile in uno scolapasta con il sale e lasciale a riposo per circa 1 ora. Successivamente mettile nel lavello o dentro ad una bacinella perché le melanzane così trattate perdono l'acqua di vegetazione e con essa anche il gusto amarognolo tipico di questa verdura.





2 Nel frattempo prepara il sugo di pomodoro:

Metti in un tegame lo spicchio d'aglio con l'olio extra vergine d'oliva, lascialo dorare e aggiungi la passata di pomodoro, il sale e il basilico fresco. Fai cuocere il sugo per 10 minuti circa.

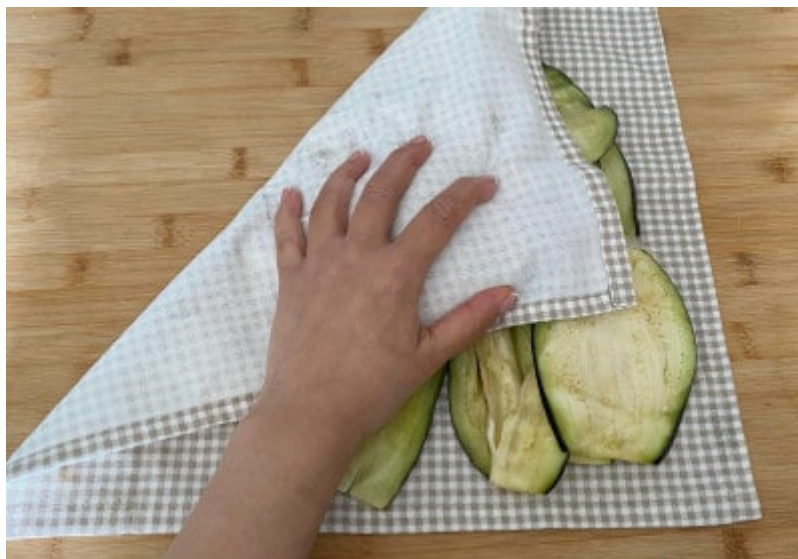




3 Strizza e asciuga molto bene le melanzane a fette.

In una padella fai scaldare abbondante olio di semi di arachide.

Friggi le melanzane da entrambi i lati e quando saranno ben dorate scolale su della carta da cucina per far assorbire l'olio in eccesso.





- 4 Nella pirofila che hai scelto per cuocere in forno la parmigiana di melanzane, metti un cucchiaio abbondante di sugo, fai uno strato di melanzane fritte e ricoprile ancora con il sugo di pomodoro





5 Aggiungi la mozzarella, una spolverata generosa di parmigiano e ricopri di nuovo con le melanzane fritte.

Continua a realizzare gli strati in questo modo fino a terminare gli ingredienti.

Termina la parmigiana di melanzane con uno strato di pomodoro, mozzarella e parmigiano.

Cuoci le melanzane alla parmigiana in forno statico a 200°C per circa 30 minuti.

Sforna e lascia raffreddare la parmigiana di melanzane semplice prima di servirla.





COME SI CONSERVA LA PARMIGIANA DI MELANZANE

La parmigiana di melanzane è un piatto che si conserva bene in frigorifero per qualche giorno e che si può anche congelare. Si può anche preparare in anticipo e riscaldare al momento del consumo. E' ottima da gustare da sola o accompagnata da una fresca insalata verde.

SE TI È PIACIUTA LA PARMIGIANA DI MELANZANE PROVA ANCHE

[Parmigiana di patate](#)

[Parmigiana di zucchini](#)

[Timballo di riso alla parmigiana](#)

[Melanzane grigliate alla menta](#)

[melanzane ripiene](#)

QUESTE RICETTE: